

AKEBONO

取扱説明書
&
特製レシピ

レンジで 美味しい おだし

鰹節、昆布、煮干し…
美味しい料理の味の要
うま味の豊かな「だし」を
電子レンジで簡単に。



自社工場
生産品
MADE IN
JAPAN

画像は
イメージです。

基本の 使用手順

合わせだし (お吸い物)

材料

- 水：800ml (できあがり約700ml)
- 昆布：14g(真昆布または羅臼昆布がオススメ)
- 鰹節：24g(本枯れ節の薄削りがオススメ)

フタ

容器

こし網

- 昆布を4cm角程度の大きさに切って、こし網の底に重ねて入れます。
- ①で入れた昆布の上に、鰹節を入れます。
- 容器に水を入れて、その中に②のこし網をセットします。
- ③を電子レンジに入れ、600Wで7分間加熱します。
- 加熱後、電子レンジから取り出します。
- こし網を引き上げ、45度回転させてセットし十分空を落とします。

◆勢いよく入れると、具材が溢れることがあります。ゆっくり入れて全て水に浸してください。

◆少ない量のだしをひく時、具材が十分水に浸らないので、具材を入れたこし網を空の容器にセットし、予め量つておいた水を上から回すようにかけてください。

◆お椀にだしを注ぎ、小さじ1/2杯の濃口醤油とひとつまみの塩を入れてよくかき混ぜ、下ごしらえしたお好みの具材を入れてください。

昆布のうま味成分、グルタミン酸。鰹節のうま味成分、イノシン酸。それらが一緒になると、相乗効果で美味しさが7倍にも8倍にもなると言われています。

鰹だし (お味噌汁)

材料

- 水：800ml(できあがり約700ml)
- 鰹節：24g(本枯れ節の薄削りがオススメ)

作り方

- こし網の中に鰹節を入れます。
- 容器に水を入れて、その中に①のこし網をセットします。
- ②を電子レンジに入れ、600Wで7分間加熱します。
- こし網を引き上げます。

◆お椀にだしを注ぎ、お味噌汁を好みのお味で仕上げてください。

◆お椀にだしを注ぎ、小さじ1/2杯の濃口醤油とひとつまみの塩を入れてよくかき混ぜ、下ごしらえしたお好みの具材を入れてください。

鰹だしは香りが命。ひきたての鰹だしには、顆粒だしでは味わえない豊かな香りがあります。一杯のお味噌汁も、ひきたての鰹だしなら極上の風味を堪能できます。

昆布だし (お茶漬)

材料

- 水：800ml
- 昆布：20g(真昆布または羅臼昆布がオススメ)

作り方

- 昆布を4cm角程度の大きさに切って、こし網の底に重ねて入れます。
- 容器に水を入れて、その中に①のこし網をセットします。
- ②を電子レンジに入れ、600Wで7分間加熱します。
- こし網を引き上げます。

◆お好みの量のご飯をお茶碗によそったら、鮭や梅干しなど定番のお茶漬け具材をのせてください。昆布だしを注いで、ひとつまみの塩を振っていただくと、ご飯本来のうま味、具材の繊細なうま味を、よりいっそう味わっていただけます。

昆布だしの繊細なうま味は、食材の持つ本来のうま味とよく響き合い、食材の持ち味を引き立てます。

△お取り扱い上のご注意

- この製品は電子レンジでだしを抽出するための道具です。これ以外の用途には使用しないでください。
- 火のそばに置かないでください。
- 破損または変形した場合には使用しないでください。
- 食品によっては本品に色移りすることがありますが、そのまま使用しても問題はありません。
- こし網のメッシュ部分に無理な力や衝撃を与えないでください。破損の恐れがあります。

△電子レンジ使用時のご注意

- 油分・糖分の多い食品は、食品が集積したり容器が割けたりするおそれがありますので、避けてください。
- オート機能による加熱、オーブン・グリル機能での加熱には使用しないでください。
- 電子レンジから取り出す際は、製品が熱くなっていますのでご注意ください。
- 電子レンジ庫内に食品カスなどの汚れがあると、発火の恐れがあります。

△お手入れ、保管について

- 初めて使用する際は、食器用洗剤などで洗ってからご使用ください。
- 使用後は、食器用洗剤などで洗い、水気を拭き取ってください。

食器洗い乾燥機 OK!

日本製

品質表示

原料樹脂
フタ・こし網枠・容器 ポリプロピレン(耐熱温度140℃/耐冷温度-20℃)
メッシュ PET(耐熱温度140℃/耐冷温度-20℃)(60メッシュ)
容量:1ℓ

〒959-1234 新潟県燕市南一丁目2-11
TEL.0256-63-5071(代) FAX.0256-64-2288
お問い合わせ受付時間
9:00~12:00 13:00~17:00(土・日・祝日を除く)
ホームページ <http://www.akebono-sa.co.jp>

プラスチック総合メーカー
株式会社曙産業
17092F

だしうどん

材料 (1人分)

- 水：400ml
- 昆布：7g(真昆布または羅臼昆布がオススメ)
- 鰹節：12g(本枯れ節の薄削りがオススメ)
- 乾燥わかめ：小さじ1強
- うどん：1玉(加熱しておく)
- 塩：小さじ1/4
- 淡口醤油：小さじ1
- 青ネギ：適量
- 刻み油揚げ：適量

作り方

- 昆布を4cm角程度の大きさに切って、こし網の底に重ねて入れます。
- ①で入れた昆布の上に鰹節を入れます。
- 容器に水を入れて、その中に②のこし網をセットします。
- ③を電子レンジに入れ、600Wで6分~6分30秒加熱します。
- こし網を引き上げます。
- ⑤の容器の中に、塩と淡口醤油を入れてよくかき混ぜ、つゆを作ります。
- うどんの中に入れておき、⑥のつゆを上からかけ、青ネギ、刻み油揚げ、もどした乾燥わかめを盛り付けてください。

冷凍うどんでも、ひきたてのだしのうま味によって、豊かな味わいを楽しめます。

トマトだし リゾット風

材料 (2人分)

- 水：300ml
- ドライトマト：14g(細かく刻んでおく)
- 鰹節：10g(本枯れ節の薄削りがオススメ)
- 冷やご飯：300g
- イタリアントマト：1個
- オリーブオイル：小さじ1
- パセリ：適量
- 粉チーズ：小さじ2

作り方

- ドライトマトを、こし網の底に入れます。
- ①で入れたドライトマトの上に鰹節を入れ、容器にセットします。
- ②の上から、計量カップで量った水を回すように注ぎ入れ、鰹節全体が濡れるようにします。
- ③を電子レンジに入れ、600Wで4分間加熱します。
- こし網を引き上げます。
- 容器の中に、水にさらした冷やご飯と1cm角に切ったイタリアントマトを入れ、電子レンジに入れ600Wで4分間加熱します。
- 加熱が終わったら器によそい、オリーブオイルをたらし、粉チーズとパセリをかけてください。

*だし素材以外の食品を容器で加熱する場合は、油分や糖分の多い食品は避けてください。

ドライトマトでひくだしは、洋風の味わいを生み出します。オリーブオイルやチーズとの相性が抜群です。鍋を使わずに、リゾット風の雑炊を楽しみましょう。

だし味噌 ラーメン

材料 (1人分)

- 水：400ml
- 煮干し：14g(頭と鰹たをとる)
- 鰹節：12g(本枯れ節の薄削りがオススメ)
- もやし:30g(加熱しておく)
- ラーメン:1玉(加熱しておく)
- 味噌：大さじ4
- ごま油：小さじ1/2
- 一味唐辛子：少々
- 乾燥スライスにんにく：適量

作り方

- 煮干しをこし網の底に入れます。
- ①で入れた煮干しの上に鰹節を入れます。
- 容器に水を入れて、その中に②のこし網をセットします。
- ③を電子レンジに入れ、600Wで6分~6分30秒加熱します。
- こし網を引き上げます。
- どんぶりの中に味噌を入れ、ごま油と一味唐辛子、乾燥スライスにんにくと⑤のだしを加えよくかき混ぜ、スープを作ります。
- どんぶりの中にラーメンを入れ、もやし、乾燥スライスにんにくを盛り付けてください。

煮干しや鰹節の量を変えて、自分好みのスープの味わいを探索してみるのも楽しいです。

大根と 豚バラ肉の だしあんかけ

材料 (2人分)

- 水：200ml
- 乾燥椎茸：6g(スライスされたものがオススメ)
- 鰹節：6g(本枯れ節の薄削りがオススメ)
- 大根：5cmほど
- 豚バラ肉薄切り：100g
- サラダ油：大さじ1
- 塩：小さじ1/2
- 生姜：すり下ろしたもの小さじ1
- 水溶き片栗粉：片栗粉大さじ1+水大さじ1

作り方

- 乾燥椎茸を、こし網の底に入れます。
- ①で入れた乾燥椎茸の上に鰹節を入れ、容器にセットします。
- ②の上から、計量カップで量った水を回すように注ぎ入れ、鰹節全体が濡れるようにします。
- ③を電子レンジに入れ、600Wで2分間加熱します。
- 皮をむいた大根と豚バラ肉を食べやすい大きさに切り、サラダ油を熱したフライパンで大根から炒め、焼き色がついてきたら、豚バラ肉を炒めます。
- 火が通ったら、全体に塩を振り、軽くかき混ぜます。
- こし網を引き上げてから、容器内のだしに、すり下ろした生姜を加えてかき混ぜ、だしをフライパンの中に注ぎます。
- 煮立って全体がなじんだら、水溶き片栗粉を回し入れ、トロミをつけます。器によそってください。

必要な時に、必要な分だけ、少量のだしを気軽にひくことができますので、ひきたてのだしの香りを様々な料理に活かすことができます。だしのうま味がしっかり効いた、あんかけを楽しみましょう。

白身魚と 野菜のサラダ だしジュレ添え

材料 (2人分)

- 水：250ml
- 昆布：7g(真昆布または羅臼昆布がオススメ)
- 鰹節：10g(本枯れ節の薄削りがオススメ)
- 塩：小さじ1/2
- 淡口醤油：小さじ1
- 粉ゼラチン：2.5g
- 白身魚の刺身：150g
- お好みの野菜：適量

作り方

- 昆布を4cm角程度の大きさに切って、こし網の底に重ねて入れます。
- ①で入れた昆布の上に鰹節を入れ、容器をセットします。
- ②の上から、計量カップで量った水を回すように注ぎ入れ、鰹節全体が濡れるようにします。
- ③を電子レンジに入れ、600Wで3分間加熱します。
- こし網を引き上げます。
- ⑤の容器の中に、塩と淡口醤油、粉ゼラチンを入れてよくかき混ぜます。あら熱をとった後、冷蔵庫で冷やし固め、ジュレを作ります。
- 皿の上に白身魚とお好みの野菜を盛り付け、ジュレを添えてください。

「レンジで美味しいおだし」は、レンジや冷蔵庫に入れやすいサイズ。だしをひいた後に粉ゼラチンを溶かし、そのまま冷蔵庫で冷やせば、ドレッシングなどにも活用できます。

余っただしを
ちょっと保管する
時などに。

こし網は本体と
底に分割できます。
だしがらを取り
除く際や、お手
入れの際に便利
です。

目盛り付きで計量
カップとしても使
えます。

◆こし網上部の穴は吹きこぼれを抑えるためのものです。

レシピ監修

調味料コンシェルジュ
石川 貴代 (いしかわ たかよ)

日本が誇る伝統調味料「さしなせそ」(砂糖・塩・酢・醤油・味噌)や味噌、そしてお出汁。それら調味料の魅力、奥深さ、関わり方を主編目録で探求、様々な形、情報を発信している。食育講座や調味料ワークショップを企画し、講師を担当。レシピ開発から執筆まで、活動内容は多岐にわたる。